



2月分 給食献立予定表

宇都宮市立河内中学校

2月給食回数18回(米飯13回・米粉パン1回)

給食摂取基準エネルギー830kcal・タンパク25～40g・脂質22.8～27.3g

日 付	献 立 名	エネルギー(kcal) タンパク(g) 脂質(g)	主な材料						
			1 群	2 群	3 群	4 群	5 群	6 群	
	節分メニュー								
3 (月)	麦入りご飯 合わせ酢 牛乳 白菜キムチ 福豆 手巻き寿司(ツナマヨネーズ・チーズ・きゅうり・のり) さつま汁	830 33 24.2	鰹 豆腐 大豆 鶏肉 味噌	牛乳 チーズ のり	人参 にら	白菜 もやし ごぼう 生姜 胡瓜 長ねぎ にんにく 大根	米 麦 里芋 こんにゃく	マヨネーズ	
4 (火)	ナン キーマカレー 牛乳 ゆで野菜(ごまドレッシング) チーズ	832 31.7 31.7	牛肉 凍りとうふ	牛乳 ヨーグルト チーズ	人参 トマト ほうれん草	セロリ 玉ねぎ キャベツ 生姜 にんにく	小麦粉	サラダ油	
5 (水)	麦入りごはん 牛乳 チキン南蛮(タルタルソース) ゆで野菜(柚子ドレッシング) 味噌汁	840 34.9 25.9	鶏肉 油揚げ かつお節 味噌	牛乳 わかめ	人参	玉ねぎ キャベツ もやし	米 麦 でん粉 小麦粉 砂糖	サラダ油	
6 (木)	麦入りご飯 牛乳 セルフ二色丼 おひたし なめこ汁	815 36.4 23.7	鶏肉 豆腐 かつお節 鶏卵 味噌	牛乳	ほうれん草 グリーンピース	もやし 長ねぎ 生姜 なめこ 白菜	米 麦 砂糖	サラダ油	
7 (金)	カルボナーラスバゲティー 牛乳 こんにゃくサラダ(和風ドレッシング) 米粉ドック	822 32.3 32.2	豚肉 鶏卵	牛乳 チーズ 海藻サラダ	パセリ	にんにく コーン キャベツ 玉ねぎ	小麦粉 コーンスターチ こんにゃく	オリーブオイル マーガリン	
	初午メニュー								
10 (月)	赤飯 牛乳 豚のしょうが焼き しもつかれ からし和え アロエヨーグルト	828 41.8 19.8	ささげ 豚肉 鮭 大豆 油揚げ	牛乳 ヨーグルト	人参 ほうれん草	キャベツ 生姜 大根 アロエ	米 もち米	サラダ油	
12 (水)	麦入りご飯 牛乳 麻婆豆腐 にらまんじゅう ナムル	835 33.1 23.2	鶏肉 豚肉 豆腐 味噌	牛乳	人参 にら ほうれん草	生姜 もやし 玉ねぎ 長ねぎ 干しいたけ	米 麦 小麦粉 でん粉 中双	サラダ油 ごま油 ごま	
13 (木)	麦入りご飯 牛乳 さわらの紀州焼き 豚肉と切干大根の炒め物 味噌汁 デコボン	819 35.7 22	鯖 油揚げ 豚肉 味噌 かつお節	牛乳	人参 いんげん 小松菜	切干大根 大根 デコボン	米 麦 こんにゃく 砂糖	サラダ油 ごま	
	バレンタインメニュー								
14 (金)	ツナトースト 牛乳 野菜スープ アンサンブルエッグ ゆで野菜(マヨネーズ) ミニエクレア	803 33.9 35	まぐろツナ 鶏卵 豚肉	牛乳 チーズ	人参 パセリ 小松菜 ブロッコリー	もやし コーン 玉ねぎ キャベツ マッシュルーム	小麦粉 じゃが芋	マヨネーズ	
17 (月)	麦入りご飯 牛乳 鶏飯丼 レタス ワンタンスープ スイートポテト	841 30.1 22.2	鶏肉 豚肉	牛乳	人参 小松菜	にんにく 生姜 もやし 長ねぎ キャベツ 生姜 レタス りんご	米 麦 小麦粉 さつま芋 砂糖		
18 (火)	米粉パン ブルーベリージャム 牛乳 キムチうどん オムレツ 海藻サラダ(青じそドレッシング)	825 31.4 28.5	豚肉 鶏卵	牛乳 海藻サラダ	人参 にら	えのきたけ 大根 コーン 長ねぎ キャベツ 白菜 白菜キムチ	米粉 小麦粉 ブルーベリージャム		
19 (水)	麦入りごはん 牛乳 イカチリソース ゆで野菜(中華ドレッシング) ひじきと卵のスープ	822 32.7 24.9	紫いか 豆腐 鶏卵 豚肉	牛乳 ひじき	人参 小松菜 ほうれん草	生姜 長ねぎ もやし キャベツ コーン にんにく	米 麦 でん粉 砂糖	サラダ油	
20 (木)	麦入りごはん 牛乳 さけの西京焼き おひたし 豚肉とじゃが芋の煮物 ふりかけ	828 35.9 16.2	鮭 豚肉	牛乳 ひじき	小松菜 人参 グリーンピース	キャベツ 玉ねぎ	米 麦 じゃが芋 砂糖 しらたき	サラダ油	
21 (金)	麦入りご飯 牛乳 チキンカレー 磯辺和え いちごヨーグルト	843 28.3 20.4	鶏肉	牛乳 ヨーグルト チーズ のり	人参 ほうれん草	キャベツ 玉ねぎ にんにく	米 麦 じゃが芋	サラダ油	
25 (火)	麦入りごはん セルフビビンバ丼 牛乳 根菜のすまし汁 ミニチョコシュー	823 30.7 26.3	牛肉 凍り豆腐 かつお節 鶏卵	牛乳	人参 ほうれん草 小松菜	もやし ごぼう 豆もやし 大根 にんにく	米 麦 砂糖 小麦粉 こんにゃく でん粉	サラダ油 ごま	
26 (水)	アップルパイ 牛乳 ナポリタン ミニフィッシュ ゆで野菜(マヨネーズ) 肉団子スープ	854 28.1 35.2	鶏卵 豚肉	牛乳 小魚	人参 ビーマン トマト ブロッコリー 小松菜	玉ねぎ コーン マッシュルーム コーン 生姜 白菜 りんご	小麦粉 砂糖	サラダ油 バター	
27 (木)	麦入りご飯 牛乳 鯖の味噌煮 おひたし 味噌汁 マーラーカオ	858 29.9 26	鯖 味噌 かつお節	牛乳 わかめ	人参 小松菜	もやし 生姜 玉ねぎ コーン キャベツ	米 麦 じゃが芋 砂糖 小麦粉		
28 (金)	麦入りごはん 牛乳 鶏肉のから揚げ 海藻サラダ みそ汁	848 32.9 29	鶏肉 豆腐 味噌 かつお節	牛乳 海藻サラダ	人参	キャベツ コーン	米 麦 でん粉	サラダ油	
* 献立の平均値 ・エネルギー830(kcal) ・タンパク質33.0g・脂質25.8g・カルシウム402mg									

*献立の平均値 ・エネルギー830(kcal)・タンパク質33.0g・脂質25.8g・カルシウム402mg

*都合によりメニューの変更があります。

*太字はリクエストメニューです。

2月の産地情報

宇都宮市

栃木県

その他

- 米
- もやし
- しいたけ
- 葱
- 牛乳
- 味噌
- 牛肉
- にら
- 大豆
- 豚肉
- ごぼう
- 小松菜
- 豆腐、油揚げ【大豆】(アメリカ)
- 鶏肉(国産)
- グリーンピース(ニュージーランド)
- コーン(アメリカ)
- にんにく(青森)・しょうが(高知)

*他の食材に関しては、学校の掲示版に掲示いたします。

2月放射性物質検査の食材

・2月19日(水)

「キャベツ」

放射性物質検査の結果

・1月29日(水)

「長ねぎ」

ヨウ素・セシウム不検出

